CHƯƠNG IV

ĐỊNH: KASIṆA ĐẤT

(*Pathavī-kasiṇa-niddesa*)

I. Mười tám lỗi của một ngôi chùa

1) *Rộng lớn*
2) *Mới mẻ*
3) *Tả tơi*
4) *Gần đường*
5) *Gần ao*
6) *Có cây lá ăn được*
7) *Có nhiều hoa*
8) *Có cây ăn trái*
9) *Nổi tiếng*
10) *Gần đô thị*
11) *Gần cây lấy gỗ*
12) *Gần đồng ruộng*
13) *Có những người xung khắc nhau*
14) *Gần cổng ra vào*
15) *Gần biên giới các nước*
16) *Gần biên giới kinh đô*
17) *Không thích đáng*
18) *Thiếu thiện tri thức*

II. Năm yếu tố thuận tiện của một trú xứ

- *Một trú xứ có năm yếu tố sau được kể là thuận tiện:*
    1) Không quá xa, không quá gần, và có một con đường để đi lại;
    2) Ban ngày ít người lui tới, ban đêm ít ồn ào;
    3) Ít ruồi muỗi, gió, sức nóng mặt trời, các loài bò sát;
    4) Người ở trong đó dễ kiếm 4 thứ cần dùng;
    5) Có những thượng tọa tỷ-kheo đa văn, thông kinh điển, những người tuân giữ Pháp và Luật, và thỉnh thoảng khi hỏi nghĩa lý kinh điển thì những vị này sẽ khai thị, giải thích những gì chưa được khai thị, giải thích, trừ nghi cho hành giả.

III. Những chướng ngại nhỏ

- *Một người ở một nơi thuận tiện như vậy rồi, còn phải trừ các chướng ngại nhỏ như:*
    - Cắt bỏ tóc, lông và móng tay dài,
    - Vá lại áo rách và nhuộm lại y cũ,
    - Nếu bát có vết nứt, phải nung lại,
    - Ghế giường phải làm sạch.

IV. Chỉ dẫn chi tiết về cách tu tập

1. *Tướng của biến xứ đất*
2. *Cách Làm một kasiṇa đất*
3. *Khởi sự quán tưởng*
4. *Tợ tướng*
5. *Hai loại định*
6. *Duy trì tợ tướng*
7. *Mười thiện xảo trong định an chỉ*
8. *Năm ẩn dụ*
9. *Sự xuất hiện định an chỉ trong tâm lộ trình*
10. *Các Thiền*

1. Tướng của biến xứ đất

- ***a) Mô tả Tướng của biến xứ đất:***
  - Hoặc được làm ra hoặc không,
  - Có giới hạn, không phải vô giới hạn,
  - Có một biên giới ở ngoài cùng, không phải vô biên,
  - Được vòng lại, không phải không được vòng,
  - Lớn bằng cái thùng hay cái chảo.
- ***b) Mô tả cách tu tập:***
  - Vị tỷ-kheo nên ngồi thoải mái tại chỗ vắng và quán tướng của đất.
  - Để tâm vào tướng một cách kỹ lưỡng, biết rõ nó, định rõ nó.
  - Thấy rõ lợi ích và nhìn nó như một báu vật, tôn trọng và quý mến nó.
  - Đặt hết tâm tư vào đối tượng. Ly dục... vị ấy chứng thiền thứ nhất.
- ***c) Tùy căn duyên:*** Nếu đời trước đã từng đắc tứ thiền nhờ biến xứ đất, sơ tướng đất hiện lên nơi vị ấy mà không cần tạo tác. Vị ấy nới rộng tướng ấy và đắc ngũ thiền. Rồi nhờ an trú tuệ với định ấy làm nền tảng, vị ấy đắc quả A-la-hán.

2. Cách làm một kasiṇa đất

- ***Kasiṇa cơ bản***: Nhưng nếu một người chưa từng thực hành trong quá khứ, thì nên làm một kasiṇa.
- ***Kasiṇa mang theo***: Có thể làm bằng cách buộc giẻ hay da vào 4 cái gậy và kết thành một cái đĩa tròn. Phải được đặt trên đất để nhìn.
- ***Kasiṇa cố định***: Được làm bằng cách đóng cọc trên đất theo dáng một cái đài sen, rồi đan trên ấy những dây leo.
- ***Bố trí Kasiṇa***: Sau khi làm xong, hãy dùng cái bay bằng đá để lấy nó xuống. Hãy ngồi vào một chiếc ghế cao 1 gang 4 ngón, đặt kasiṇa cách hai rưỡi khuỷu tay.

3. Khởi sự quán tưởng

- ***1. Cách quán tưởng:***

  a) Hãy ôn lại sự nguy hiểm của những dục vọng.

  b) Khởi lên sự khao khát thoát ly dục vọng.

  c) Khởi lên niềm hân hoan đặc biệt với Phật, Pháp, Tăng.

  d) Khởi lên niềm khao khát biết được vị ngọt của độc cư.

  e) Mở 2 mắt vừa phải, quán tưởng và khai triển nó.

  f) Không nên xem kỹ màu sắc. Chú ý lên khái niệm danh từ.

  g) Cần chú tâm đến kasiṇa cho đến khi sơ tướng hiện ra.

- ***2. Duy trì sơ tướng:*** *Khi sơ tướng phát sinh, hành giả:*

  a) Trở về trú xứ và tiếp tục tu tập như thế.

  b) Nếu định tan biến, thì hãy đến chỗ cũ mà quán lại.

4. Tợ tướng

- ***Sự khởi lên của tợ tướng:***
  - Khi làm như vậy, những triền cái được dập tắt, cấu nhiễm lắng xuống, tâm trở nên tập trung với định cận hành, và tợ tướng xuất hiện.
- ***Sự khác nhau giữa sơ tướng và tợ tướng:***
  - Trong sơ tướng, bất cứ lỗi nào ở kasiṇa đều hiện rõ. Nhưng tợ tướng xuất hiện như thể tách rời khỏi sơ tướng và trăm ngàn lần trong sạch hơn.
- ***Mô tả tợ tướng:***
  - Tợ tướng sinh từ tưởng nơi người đã đắc định, chỉ là một giả tướng. Nhưng vừa khi nó xuất hiện thì những triền cái dập tắt, cấu nhiễm lắng xuống, tâm trở nên định tĩnh với định cận hành.

5. Hai loại định

- ***Hai loại định:***
  - Có 2 thứ định: *Định cận hành* (*upacāra*) và *Định an chỉ* (*appanā*):
    - Tâm trở nên định tĩnh theo 2 cách: trên bình diện cận hành và trên bình diện an chỉ.
    - Cận hành là do từ bỏ những triền cái và an chỉ là do sự xuất hiện những thiền chi.
- ***Sự khác nhau giữa hai loại định***

6. Duy trì tợ tướng

- Làm tợ tướng khởi lên rất khó. Nếu hành giả có đặc tính an chỉ trong cùng một thời tĩnh tọa, bằng cách nới rộng tướng thì tốt. Nếu không, cần phải gìn giữ tợ tướng ấy một cách tinh mật, như giữ cái bào thai của một chuyển luân vương.
- 7 cách thích hợp để giữ gìn tợ tướng:

  1) ***Trú xứ***
  2) ***Hành xứ***
  3) ***Ngôn ngữ***
  4) ***Người***
  5) ***Thực phẩm***
  6) ***Khí hậu***
  7) ***Oai nghi.***

7. Mười thiện xảo trong định an chỉ

- **1) Làm sạch nội, ngoại xứ** *(42)*
- **2) Duy trì các căn** *(45)*
- **3) Thiện xảo về tướng** *(50)*
- **4) Nỗ lực khi cần nỗ lực** *(7 giác)*
- **5) Chế ngự tâm lúc cần chế ngự** *(trong 7 giác)*
- **6) Khích lệ tâm lúc cần khích lệ** *(8 khổ)*
- **7) Nhìn với thái độ xả khi cần nhìn với xả** *(64)*
- **8) Tránh những người không định tĩnh** *(65)*
- **9) Gần những người định tĩnh** *(65)*
- **10) Quyết tâm đối với định** *(66)*

8. Năm ẩn dụ

1) Ba con ong;

2) Ba đệ tử của nhà phẫu thuật cắt lá sen;

3) Ba người kéo tơ;

4) Ba người lái tàu buồm;

5) Ba người đệ tử đổ dầu.

Cũng vậy, khi sơ tướng xuất hiện,

(1) Một tỷ-kheo quá tinh tấn, nghĩ: "Ta không bao lâu sẽ đắc định" nên tâm bị rơi vào trạo cử vì quá nỗ lực tinh cần;

(2) Vị khác thấy lỗi trên, bèn buông lơi sự tinh tấn, nghĩ: "Đắc định với tôi bây giờ có nghĩa lý gì?", nên tâm rơi vào giãi đãi và không đắc định;

(3) Vị thứ ba giải tỏa ngay sự giãi đãi và trạo cử vừa móng lên, quán tưởng với sức tinh cần vừa phải, nên đắc định.

9. Sự xuất hiện Định an chỉ trong Tâm lộ trình

a) Lộ trình định tướng:

– Khi hành giả chạm mặt với sơ tướng, biết "Nay, định an chỉ sẽ tiếp theo", thời ý môn hướng tâm khởi lên nơi vị ấy, hướng cùng một kasiṇa đất làm đối tượng, làm gián đoạn dòng hữu phần và được khởi lên nhờ liên tục lặp lại "đất, đất".

b) Sự hiện khởi các tốc hành tâm:

– Sau đó, 4 hoặc 5 tốc hành tâm khởi trên cùng một đối tượng, tốc hành tâm cuối cùng thuộc sắc giới. Những tốc hành tâm trước thuộc dục giới, nhưng 5 thiền chi trong những tốc hành tâm này mạnh hơn trong tâm thường.

c) Sự rơi trở lại của định an chỉ:

– Định an chỉ ấy chỉ có một tâm sát-na duy nhứt. Nó rơi trở lại Hữu phần sau đó. Rồi Hữu phần bị gián đoạn do hướng tâm đến mục đích quán sát thiền.

10. Các Thiền: 1) Sơ thiền

Định nghĩa:

- “Hoàn toàn ly dục, ly bất thiện pháp, vị ấy chứng và trú sơ thiền, có tầm, có tứ, với hỷ lạc do ly dục sanh" (Vbh, 245). Như vậy hành giả đã đắc sơ thiền, từ bỏ năm pháp, đạt được năm pháp, tốt đẹp ở ba phương diện, có 10 đặc tính, và sơ thiền ấy thuộc biến xứ đất.

Thuật ngữ:

Chứng nhập và an trú sơ thiền… thuộc biến xứ đất

- ***Sơ thiền:*** gọi là "sơ" vì nó khởi đầu loạt con số và vì xảy đến trước tiên; gọi là *Jhāna* vì nó thắp sáng đối tượng và đốt cháy pháp đối lập.
- ***Biến xứ đất***: cái dĩa đất gọi là kasiṇa đất, với nghĩa toàn thể đối tượng của thiền, cũng là tên gọi tướng đạt được khi dùng kasiṇa đất làm nền tảng và cả thiền đạt được trong tướng kasiṇa đất ấy. Do vậy, thiền này gọi là "thuộc kasiṇa đất".
- ***Chứng nhập*** (*upassampajja*): đạt đến, hoặc "làm cho thể nhập" (*upasampādayitvā*), nghĩa là phát sinh, tức là *đi vào, đạt đến, có được, đến nơi, sờ chạm, thực hiện, nhập sơ* thiền" *(đ. 102)*.
- ***An trú*** (*viharati*): đạt được thiền nhờ an trú trong trong tư thế thích hợp, hành giả phát sinh một tư thế, một đường lối, một sự duy trì, kiên cố, kéo dài, cư xử, an trú" (Vbh. 252).

Thuật ngữ:

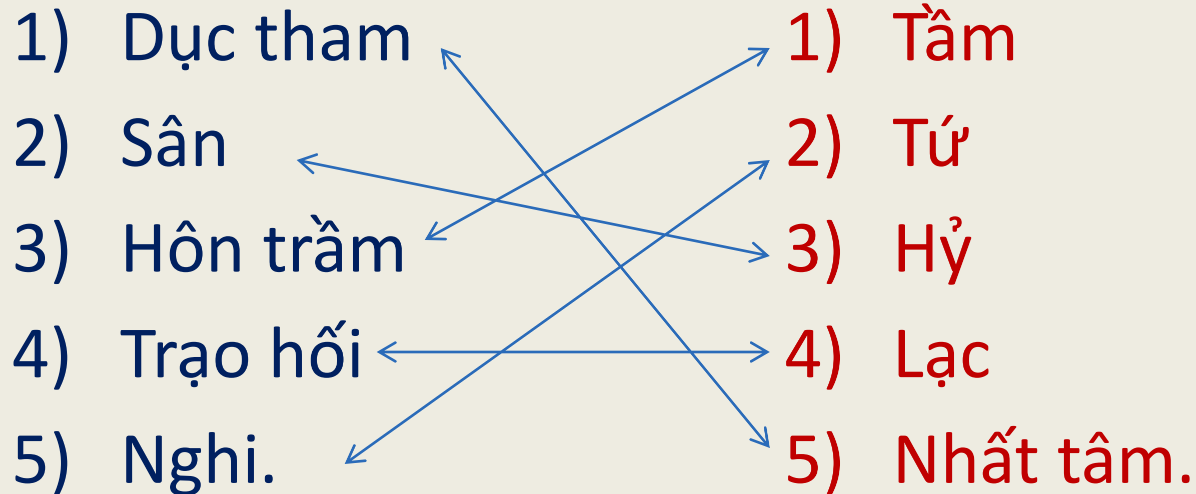
Hoàn toàn ly dục, ly bất thiện pháp

- "***Hoàn toàn ly dục***" nghĩa là 'hoàn toàn thoát ly những đối tượng của dục', tức thân viễn ly; "***Ly bất thiện pháp***" là từ bỏ những cấu uế của tâm, tức từ bỏ tất cả bất thiện pháp, ám chỉ tâm viễn ly.
- Trong khi ***ly dục*** chỉ có nghĩa 'từ bỏ khoái lạc giác quan, xa lìa đối tượng của dục', thì ***ly bất thiện pháp*** ám chỉ đến sự *khoái lạc viễn ly*, vì nó lìa khỏi dục làm cấu uế tâm.
- ***Ly dục*** là từ bỏ cái nhân của tham, ***ly bất thiện pháp*** là từ bỏ cái nhân của si; ***ly dục*** là thanh tịnh thân nghiệp, ***ly bất thiện pháp*** là thanh tịnh ý nghiệp.
- "***Hoàn toàn ly dục***" ám chỉ sự viễn ly bằng cách *đình chỉ* dục; "***ly bất thiện pháp***" ám chỉ sự viễn ly bằng cách *đình chỉ* cả 5 triền cái. Hoặc, trong 5 triền cái, ***ly dục*** là triền cái thứ nhất; ***ly bất thiện pháp*** là bốn triền cái còn lại.

Thuật ngữ:

Từ bỏ năm pháp, đạt được năm pháp

- ***Từ bỏ 5 pháp (5 triền cái):***
- ***Được 5 pháp (5 thiền chi):***



Mặc dù có bất thiện trong các pháp khác, *Vibhanga* chỉ kể đến những triền cái: “Nhưng pháp gì là bất thiện? Dục tham...." để chứng tỏ sự đối nghịch, xung khắc giữa triền cái với thiền chi. Vì triền cái là những pháp ngược hẳn với thiền chi, nghĩa là, những thiền chi không ở chung với triền cái, loại bỏ trừ khử triền cái: “***Định*** không ở chung với ***tham dục***; ***hỉ*** không ở chung với ***sân***; ***tầm*** không ở chung với ***hôn trầm***; ***lạc*** không ở chung với ***trạo hối***; ***tứ*** không ở chung với ***nghi***”.

Thuật ngữ:

5 triền cái

1) Khi bị ***tham dục*** chi phối, do sự thèm muốn các đối tượng sai khác, thì tâm không tập trung được trên một đối tượng duy nhất; khi dục tham tràn ngập thì tâm không thể đi vào đạo lộ từ bỏ dục giới.
2) Khi bị quấy nhiễu bởi ***sân hận*** đối với một đối tượng thì tâm không thể sanh khởi một cách không gián đoạn.
3) Khi bị ***hôn trầm thuỵ miên*** đánh bại thì tâm khó điều phục.
4) Khi bị ***trạo hối*** tóm lấy thì tâm trở nên bất an, lăng xăng.
5) Khi ***hoài nghi*** nổi lên thì tâm không thể bước lên đạo lộ để đắc thiền.

- Bởi vậy, chỉ những pháp này (tham, sân, hôn trầm, trạo hối, nghi) mới gọi là những pháp cần từ bỏ vì chúng đặc biệt chướng ngại thiền.

Thuật ngữ:

5 thiền chi

1) ***Tầm*** hướng tâm đến một đối tượng,
2) ***Tứ*** giữ cho tâm neo lại một chỗ ấy,
3) ***Hỉ*** phát sinh nhờ thành công của nỗ lực làm tâm tươi tỉnh, nỗ lực không cho những triền cái làm tán loạn,
4) ***Lạc*** làm tăng cường hỉ cũng vì lý do đó,
5) ***Nhứt tâm*** được hỗ trợ bởi 4 pháp vừa kể, tập trung thích đáng vào đối tượng.

- Bởi thế, sự "có được 5 pháp" chính là khởi lên tầm, tứ, hỉ, lạc và nhứt tâm.

Thuật ngữ:

Tầm và Tứ

- Để nói rõ các thiền chi, luận nêu câu “có tầm, có tứ”.
- **Tầm** (*vitaka* - applied thougt): có nghĩa đánh mạnh vào. Nó có đặc tính là hướng tâm, để tâm trên đối tượng. Nhiệm vụ (dụng) của nó là đánh vào, quất vào đối tượng. Tướng của tầm là sự dẫn tâm đến một đối tượng.
- **Tứ** (*vicāra* - sustained thought): là tư duy được đưa lên cao độ. Đặc tính của nó là liên tục nhấn mạnh vào đối tượng. Nhiệm vụ của nó là khiến cho những tâm pháp đều tập trung trên đối tượng. Hiện tướng của nó là tâm ý được dán chặt vào đối tượng.

Thuật ngữ:

Hỉ

- ***Hỉ*** (*pīti*) là làm cho mát mẻ, tươi tỉnh (*pīrayati*). Thể của nó là làm ưa thích. Dụng của nó là làm tươi tỉnh cả thân tâm, hay làm tràn ngập sự phấn khích. Tướng của nó là hoan hỉ. *5 cấp bực của **hỉ** từ thấp lên cao:*

  1) ***Tiểu hỉ***: Hỉ chỉ có thể là dựng lông tóc trong mình mà thôi.
  2) ***Hỉ chớp nhoáng***: Hỉ thỉnh thoảng loé lên.
  3) ***Hỉ mưa rào***: Hỉ nổi trên cơ thể liên tục, như sóng vồ vào bờ bể.
  4) ***Hỉ nâng người lên***: Hỉ có thể làm cho thân thể mất trọng lượng và bay bổng lên.
  5) ***Hỉ sung mãn***: Hỉ khởi lên làm toàn thân được thấm nhuần.

  – Năm loại hỉ nói trên, khi được làm cho chín mùi, thì sẽ viên mãn 2 thứ khinh an: *thân khinh an* và *tâm khinh an*.
  – Khinh an được làm cho chín mùi sẽ viên mãn 2 thứ lạc: *thân lạc* và *tâm lạc*.
  – Lạc được làm cho chín mùi sẽ viên mãn 3 thứ định: *định chốc lát*, *định cận hành* và *định an chỉ*.

- Trong 5 thứ hỉ này, hỉ muốn nói ở đây là hỉ sung mãn vì nó là căn bản của định và nó tăng trưởng dần theo định.

Thuật ngữ:

Lạc

- ***Lạc*** (*sukha*): là sự làm hài lòng, sự hạnh phúc *(sukha),* hoặc có nghĩa là nó hoàn toàn (*sutthu*) ngấu nghiến (*khādati*) ăn nuốt (*khanati*) sầu khổ của thân tâm, như vậy là ***lạc*** (*sukha*). Đặc tính nó là làm thoả mãn. Dụng của nó là tăng cường độ các pháp tương ứng. Tướng của nó là sự hỗ trợ.
- Và khi hỉ và lạc được liên kết thì hỉ có nghĩa "hài lòng vì đạt được điều ước ao", còn lạc là kinh nghiệm thực thụ đối với điều đã đạt được. Có hỉ tất nhiên có lạc, nhưng có lạc thì không tất nhiên có hỉ. Hỉ thuộc hành uẩn, lạc thuộc thọ uẩn. Khi một người khát nước kiệt sức trên sa mạc (Kantārahinna) mà thấy được hay nghe được một vũng nước ở bìa rừng, người ấy sẽ có hỉ, nếu người ấy đi đến bóng mát uống nước ấy thì sẽ có lạc.
- Vậy, (a) hỉ và lạc này thuộc về sơ thiền, hay ở trong sơ thiền; bởi thế thiền này được gọi là có hỉ có lạc và do ly dục sanh. Hoặc (b) có thể hiểu *hỉ và lạc* một cách độc lập do ly dục sanh, thay vì hiểu "sơ thiền... do ly dục sanh" như trường hợp (a).

Thuật ngữ:

Nhất tâm

- Mặc dù sự nhất tâm không được kể ra ở trong câu nói: “Có tầm có tứ, hỉ lạc do ly dục sanh”, nó đã được nói đến về sau trong Vibhanga: “‘Thiền’ là tầm, tứ, hỉ, lạc, nhất tâm“ (Vbh. 257), và như vậy, “nhất tâm" được Đức Thế Tôn nói lược.

Thuật ngữ:

Tốt đẹp theo 3 cách với 10 đặc tính

- Tốt đẹp theo 3 cách là 3 chặn; 10 đặc tính là những đặc tính của 3 chặn trên.
- *Chặn đầu: Thanh tịnh đạo lộ (có 3):*
  1) Lọc sạch chướng ngại cho thiền,
  2) Chuẩn bị cho trạng thái quân bình,
  3) Thể nhập trạng thái ấy.
- *Chặn giữa: Tăng cường xả (có 3):*
  4) Với xả, nhìn tâm đã được thanh lọc,
  5) Với xả, nhìn tâm đã được chuẩn bị cho tịnh chỉ,
  6) Với xả, nhìn sự xuất hiện của nhứt tâm.
- *Chặn cuối: Toại ý (có 4):*
  7) Toại ý vì không có sự quá độ nào trong các pháp khởi lên,
  8) Toại ý vì các căn chỉ có một nhiệm vụ duy nhất,
  9) Toại ý vì nỗ lực thích đáng có kết quả,
  10) Toại ý với sự tập hành (lặp lại).

Thuật ngữ:

Mở rộng tướng

- Muốn viên mãn định tu tập, hành giả lại còn phải mở rộng tợ tướng đã đắc. Có 2 bình diện mở rộng tướng: định cận hành và định an chỉ.
- Trước hết hành giả phải định giới hạn trong tâm nhiều cỡ từ nhỏ đến lớn, như một ngón tay, hai ngón, ba, bốn ngón, rồi khoáng đại tướng ấy ra theo lượng đã định.
- Hành giả không được mở rộng giới hạn nếu chưa ấn định cái lượng sẽ nới rộng là bao nhiêu.
- Sau khi đã ấn định, vị ấy có thể nới thêm bằng cách tuần tự định những giới hạn khác nhau như: 1 sải tay, 2 sải tay, hành lang, khoảng trống xung quanh, tu viện, biên giới làng, thành phố, quận, vương đô, đại vương, quả địa cầu hoặc xa hơn nữa.

Thuật ngữ:

Làm chủ theo 5 cách đối với Sơ thiền

- *Hành giả cần phải nắm vững theo năm cách đối với Sơ thiền:*
  1) ***Làm chủ sự tác ý***: Hành giả tác ý đến sơ thiền ở chỗ nào, lúc nào và trong bao lâu vị ấy muốn, không có khó khăn trong sự tác ý.
  2) ***Làm chủ sự chứng đắc***: Hành giả đạt đến sơ thiền ở chỗ nào, lúc nào, trong bao lâu theo ý muốn, không có khó khăn trong việc chứng đắc.
  3) ***Làm chủ về quyết định***: Hành giả quyết định thời gian nhập sơ thiền ở chỗ nào, lúc nào, trong bao lâu vị ấy muốn, không có khó khăn trong việc quyết định.
  4) ***Làm chủ xuất định***: Vị ấy xuất khỏi sơ thiền ở chỗ nào, lúc nào, trong bao lâu vị ấy muốn, không có khó khăn trong việc xuất định.
  5) ***Làm chủ về quán sát***: Vị ấy quán sát sơ thiền ở chỗ nào, lúc nào và trong bao lâu theo ý muốn, không có khó khăn trong sự quán sát" (*Ps. i, 97-100*).

2) Nhị thiền

- ***Định nghĩa***: "***Làm cho tịnh chỉ tầm và tứ, hành giả chứng và trú nhị thiền, nội tĩnh nhất tâm, không tầm, không tứ với hỉ và lạc do định sanh***" (Vbh. 245). Vị ấy đạt đến nhị thiền, từ bỏ 2 pháp, có 3 pháp, tốt đẹp ở 3 phương diện, có 10 đặc tính và thuộc biến xứ đất.
- ***Thuật ngữ của Nhị thiền:***
  - ***Tịnh chỉ tầm và tứ***
  - ***Nội tĩnh nhứt tâm***
  - ***Không tầm, không tứ***
  - ***Do định sanh***
  - ***Từ bỏ 2 pháp, có được 3 pháp.***
- ***Những phần khác tương tự ở sơ thiền.***

3) Tam thiền

- ***Định nghĩa***: "***Ly hỉ, trú xả, chánh niệm tỉnh giác, thân cảm lạc thọ, hành giả chứng và trú tam thiền, một trạng thái mà các bậc thánh đã tuyên bố: "Người nào có xả và chánh niệm, người đó trú trong an lạc***". Như thế, vị ấy đã đến tam thiền, từ bỏ một pháp, được 2 pháp, tốt đẹp ở 3 phương diện, có 10 đặc tính và thuộc biến xứ đất.
- ***Thuật ngữ***:
  - *Ly hỉ (pītiyā ca virāgā)*
  - *Trú xả (upekkhā-xả)*
  - *Thanh tịnh xả niệm*
  - *Chánh niệm tỉnh giác*
  - *Thân cảm sự lạc thọ*
  - *Xả niệm lạc trú*
  - *Từ bỏ một pháp, được hai pháp*
- Những phần khác như ở sơ thiền.

4) Tứ thiền

- ***Định nghĩa**: "**Với sự từ bỏ lạc khổ, với sự biến mất từ trước của hỉ và ưu, vị ấy chứng và trú tứ thiền không khổ không lạc, có sự thanh tịnh của niệm nhờ xả**"* (Vbh. 245). Như vậy, hành giả đắc tứ thiền, từ bỏ một pháp, có 2 pháp, tốt đẹp ở 3 phương diện, có 10 đặc tính và thuộc biến xứ đất.
- ***Thuật ngữ:***
  - *Với sự từ bỏ **lạc** và **khổ***
  - *Diệt **hỉ** ưu đã cảm thọ trước*
  - *Không **khổ** không **lạc***
  - *Thanh tịnh của niệm nhờ **xả***
  - *Từ bỏ một pháp, được hai pháp.*
- Những gì còn lại cũng như đã nói ở sơ thiền.

5) Hệ thống năm thiền

- Nếu tu tập năm thiền, khi xuất sơ thiền, hành giả thấy khuyết điểm như sau: thiền này bị đe doạ vì gần những triền cái và những thiền chi bị suy yếu vì tính thô của tầm. Vị ấy hướng tâm đến nhị thiền xem là an tịnh hơn, để chấm dứt bám víu vào sơ thiền, và làm những gì cần thiết để đắc nhị thiền.
- Bây giờ, hành giả xuất sơ thiền với chánh niệm, hoàn toàn tỉnh giác, và chỉ thấy ***tầm*** là thô khi quán sát các thiền chi, nhưng ***tứ*** v.v... thì thấy an tịnh. Khi hành giả đưa tướng "đất, đất" lên tâm với ý định từ bỏ pháp thô, đạt đến pháp tế, nhị thiền khởi lên theo cách đã nói.
- Pháp từ bỏ ở nhị thiền chỉ là ***tầm***. Bốn thiền chi: ***tứ***, ***hỉ***, ***lạc***, ***nhất tâm*** là những gì thiền này đã đạt được. Những gì còn lại cũng như đã nói.
- Khi đã đắc nhị thiền, làm chủ năm pháp, thì lúc xuất nhị thiền, hành giả thấy những khuyết điểm của nó như sau: nó bị đe dọa vì gần ***tứ***, và các thiền chi suy yếu vì tính thô của ***tứ***. Hành giả có thể hướng tâm đến tam thiền xem như an tịnh hơn, và nhờ vậy, hết bám víu nhị thiền, khởi sự làm những gì cần thiết để đắc tam thiền.
- Hành giả xuất nhị thiền với chánh niệm tỉnh giác, quán sát thiền chi và thấy ***tứ*** là thô, còn ***hỉ***, ***lạc***, ***nhất tâm*** thì có vẻ an tịnh. Vị ấy đưa tướng "đất, đất" lên tâm nhiều lần với mục đích từ bỏ pháp thô, đạt đến pháp vi tế, và Tam thiền khởi lên theo cách đã nói.
- Pháp từ bỏ ở đây chỉ là ***tứ***. Ba thiền chi ***hỉ***, ***lạc*** và ***nhất tâm*** là những pháp mà tam thiền có được, như nhị thiền trong hệ thống 4 thiền. Những gì còn lại như đã nói.